

هل يتم لقاء المنتخب القومي المصري مع اسرائيل؟ اسرائيل وبطولة العالم في جديف القوارب - تل ابيب تتطلع الى كأس بطولة أوروبا في كرة السلة - لقاءات دولية مكثفة في البلاد - مباراة كرة

الرياضة

تغير زلحة

نتائج مباريات دوري الممتاز

الدوري الممتاز في اسبوعه الثامن عشر

مباراة الموسم انتهت بفوز نتانيا على هبوعيل تل ابيب بنتيجة ١٤ : ١٦ ..

جرت اول امس - السبت مباريات الاسبوع الثامن عشر للدوري الممتاز في كرة القدم .. كانت المباراة الرئيسية لا بل مباراة الاسبوع بين فريق مكابي نتانيا المتربع على عرش الدوري ..

مكابي يتبع تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

القدم بين الجنس اللطيف والخشن في الطيرة

نتائج الجولة السادسة لمباريات كأس الدولة ٤٠٠٠ نظارة في لقاء المكرم مع هرصلية



جلال اسدي كان يمزق شبكات هرصلية ولكن!

جرت اول امس - السبت مباريات الجولة السادسة لتصفيات بطولة كأس الدولة في كرة القدم بمشاركة ١٢ فريقا من الدرجة الاولى وثلاثة فرق من الدرجة الثانية وفريق واحد من الدرجة الثالثة وهو فريق هبوعيل المكرم .. هذه الفرق تكثرت من الوصول الى هذه المرحلة الهامة من مباريات كأس الدولة .. وانضم اليها ١٦ فريقا من الدرجة الثالثة .. فجزت المباريات وخرج هبوعيل المكرم من مباريات كأس الدولة بعد ان تبارى وصعد

امام هرصلية بكل فخر واعتزاز .. كما خرجت جميع فرق الدرجة الثانية وانتقلت الى المرحلة السابعة للتصفيات كأس الدولة .. فريق دن الدرجة الاولى و١٢ فريقا من الدرجة الثالثة لتتقى مع ذرى الدرجة الممتازة في الجولة السابعة التي تقام في ١٥ من الشهر القادم .. وفيما يلي نتائج المباريات

صمود رائع للمكرم امام هرصلية

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

كثير من ... شخص من أبناء المكرم والقرى المجاورة اجابوا لمشاهدة المباراة .. فريق هبوعيل المكرم الوحيد من بين فرق الدرجة الثالثة التي تمكن من الوصول الى الجولة السادسة وفريق هبوعيل هرصلية من فرق الدرجة الثالثة .. بدأت المباراة سريعة من جانب خط هجوم المكرم .. جلال اسدي يقذف الكرة ببراعة البرق يرسلها ارضيته ولكن لحسن الحظ لم يصبها .. تصفيق وثناءات

الى هواة الرياضة في مصر

انطلاقا من الروح الرياضية السامية ، وايامنا بنا بالتقريب الانسانية التي تقرب الانسان الى اخيه الانسان ، وتزلف بين القلوب .. ندعو الاخوة هواة الرياضة في مصر الى الكتابة اليانا في كل ما يتعلق بالرياضة ، ونحن على استعداد دائما للاجابة عن جميع الاستفسارات التي توجه اليانا بصدد الاعمال الرياضية في اسرائيل اكتب اليانا ، ونحن بدورنا سنسرد على ما تعود الاستفسار عنه بكل اخاء وروح رياضية العنوان :

صحيفة الانبياء .. الزاوية الرياضية .. نعيم زلحة . ص ب ٤٢٨ - اورشليم - القدس

هل يفوز مكابي تل ابيب بكأس بطولة أوروبا في كرة السلة؟

مناظرة ساخنة بين الفرق الاسرائيلية والاسبانية واليوغوسلافية

حقق فريق مكابي تل ابيب انتصارات هامة في طريقه الى اوروبا في كرة السلة للفرق الحائزة على بطولة الدوري في بلادها ..

مكابي يتبع تكفا

على ملعب تكفا سبعا .. اسفرت المباراة بين فريق مكابي تل ابيب وفريق تكفا بنتيجة ١٠ : ١٠ ..

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

مكابي يفتتح تكفا - هبوعيل حيفا ١ : ١

فوز اسرائيل على بلجيكا في بطولة العالم بكرة اليد

في نطاق المباريات التمهيدية للفرق بطولة العالم في كرة اليد لفرق من مستوى الدرجة الثالثة تمكن منتخب اسرائيل من الفوز على منتخب بلجيكا بنتيجة ١٨ : ١٥

مكابي حيفا - بيتار بنر السبع ١ : ٤

بيت شان - نفيه شاتان ٢ : ٢

مكابي كريات غات - هبوعيل تل حنان ٣ : ٣

هبوعيل خضيرة - رعناتا ٢ : ٢

مكابي حيفا - بيتار نتانيا ١ : ١

مكابي كريات غات - هبوعيل تل حنان ٣ : ٣

هبوعيل خضيرة - رعناتا ٢ : ٢

مكابي حيفا - بيتار نتانيا ١ : ١

مكابي كريات غات - هبوعيل تل حنان ٣ : ٣

هبوعيل خضيرة - رعناتا ٢ : ٢

مكابي حيفا - بيتار نتانيا ١ : ١

مكابي كريات غات - هبوعيل تل حنان ٣ : ٣

هبوعيل خضيرة - رعناتا ٢ : ٢

مكابي حيفا - بيتار نتانيا ١ : ١

رئيس بلدية شفاعمرو وفريقه المتربع على العرش

فريق مكابي ابنه شفا عمرو المتربع على عرش الدوري لفرق الدرجة الثالثة في المنطقة الشمالية (٨٨) في كرة القدم ، يستمر في انتصاراته غير المرغوبة في الانتقالات الى مستوى فرق الدرجة الاولى .. ويبدو القاسية اود ان ارفق الليثي لضعف

وفي مكالمة تلفزيونية اجريتها مع الاخ ابراهيم نمر حسين - ابو حاتم - رئيس بلدية شفا عمرو قال على اسكتي :

ياسي ويسم سكان شفا عمرو تقدم اخلص القهالي والتقدير لفرق ابنه شفا عمرو على ما حققته من انتصارات خلال الدوري الحالي واحتلاله المركز الاول والظلال الى الدرجة الاولى .. ويبدو القاسية اود ان ارفق الليثي لضعف

وإدارة وادارة وادارة فريق ابنه شفا عمرو بان اللبنة ستقوم بتحويل اللقب الحالي الى مدرج ، وان الاتصالات جارية من اجل الحصول على الاموال لتنفيذ هذا المشروع .. واصف ابو حاتم يقول :

التي فكر حاليا بتغيير رحلة استجمام وراحة لفرق ابنه شفا عمرو في حالة صعوده الى الدرجة الاولى ، وذلك امارحة الى بحر او الى احد الدول الأوروبية في الصيف القادم .. وهو مستمر من اجل مساهمات الفرق من جميع التواحي .

رئيس مجلس الطيبة والقرية الرياضية

الاخ عبد الطيف حبيب رئيس المجلس المحلي في الطيبة ينوي تنفيذ المشروع القديم والجديد .. وهو انشاء قرية رياضية في الطيبة بعد ان تمكن من الحصول على ١٢٠٠ دونما من الارض التي هربها دائرة اراضي اسرائيل لخدمة القرية الرياضية .

وفي مكالمة مع الاخ عبد الطيف قال :

لنا سنعمل في المرحلة الاولى على بناء مدرج كرة القدم ، وفي المرحلة الثانية على اشاء ملاعب كرة السلة وكرة الطائرة وغيرها .. وهذه تصف ببالغ حذرة سنعمل من اجل الاتصالات بالوزراء والمسؤولين الرسميين للحصول على هذه الاموال .. ونأمل في ان يتم ذلك قريبا والتسليم للعمل على اشاء ملعب لكرة القدم على

نقطة الخديج ، ففريق هبوعيل الطيبة الذي يتطلع حاليا الى المرتبة الاولى والانتقال الى مستوى فرق الدرجة الاولى في كرة القدم في امس الحظية الى مثل هذا

الطلب .. والجدير بالذكر ان الاخ عبد الطيف كان قد طرح في اول يوم تسم فيه منصب رئيس المجلس المحلي في الطيبة لتسليم على بناء مدرج لفرق هبوعيل الطيبة ونحن بانتظار تنفيذ هذا المشروع .

الكرة - بين مصر واسرائيل

قال السيد بيضا المرع رئيس الاتحاد العام لكرة القدم الاسرائيلي بته سبوحه الدعوة الى الاتحاد المصري لاجراء مباراة دولية ودية في كرة القدم بين المنتخب القومي المصري والمنتخب القومي الاسرائيلي تقام على مدرج رمات غان .. والمباراة الثانية تقام على ملعب القاهرة ..

واضاف المرع يقول :

كما أننا ستوجه الدعوة الى الجنرال المصري ، نائب رئيس الاتحاد العام الدولي لخصوز المباراة .. والجنرال المصري هو احد الشخصيات البارزة في حقل كرة القدم في مصر .. وقد رحبت جميع الادوية في البلاد بهذه الدعوة ، وان جمهور الكرة مشتاق جدا لرؤية صقلية مصر في كرة القدم في تقام مع اخوتهم من لاعبي اسرائيل .. والجدير بالذكر ان في الوسط المصري الاسرائيلي الاث من مؤيدي نادي الاطلي والتهالك وهم يبنون ابنه للدوري المصري يشفق واحبهم .

الطاقم الاسرائيلي الى البرازيل

لمباريات بطولة العالم في جديف القوارب

غادر الالاد الطاقم الاسرائيلي المكون من الثماني شخصون الى البرازيل للمشاركة في بطولة العالم في جديف القوارب الهوائية من طراز ٤٧٠

والجدير بالذكر ان الطاقم الاسرائيلي كان قد فاز مؤخرا ببطولة أوروبا في جديف القوارب الهوائية من طراز ٤٧٠ .



الطاقم الاسرائيلي الى مباريات بطولة العالم في جديف القوارب الهوائية من طراز ٤٧٠

فوز شفاعمرو على صدف في المباراة المؤجلة وفوز سولم على اورعقينا

التي فريق ابنه شفا عمرو المتربع على عرش الدوري لفرق الدرجة الثالثة في المنطقة الشمالية (٨٨) في كرة القدم ، يستمر في انتصاراته غير المرغوبة في الانتقالات الى مستوى فرق الدرجة الاولى .. ويبدو القاسية اود ان ارفق الليثي لضعف

وفي مكالمة تلفزيونية اجريتها مع الاخ ابراهيم نمر حسين - ابو حاتم - رئيس بلدية شفا عمرو قال على اسكتي :

ياسي ويسم سكان شفا عمرو تقدم اخلص القهالي والتقدير لفرق ابنه شفا عمرو على ما حققته من انتصارات خلال الدوري الحالي واحتلاله المركز الاول والظلال الى الدرجة الاولى .. ويبدو القاسية اود ان ارفق الليثي لضعف

وإدارة وادارة وادارة فريق ابنه شفا عمرو بان اللبنة ستقوم بتحويل اللقب الحالي الى مدرج ، وان الاتصالات جارية من اجل الحصول على الاموال لتنفيذ هذا المشروع .. واصف ابو حاتم يقول :

التي فكر حاليا بتغيير رحلة استجمام وراحة لفرق ابنه شفا عمرو في حالة صعوده الى الدرجة الاولى ، وذلك امارحة الى بحر او الى احد الدول الأوروبية في الصيف القادم .. وهو مستمر من اجل مساهمات الفرق من جميع التواحي .

رئيس مجلس الطيبة والقرية الرياضية

الاخ عبد الطيف حبيب رئيس المجلس المحلي في الطيبة ينوي تنفيذ المشروع القديم والجديد .. وهو انشاء قرية رياضية في الطيبة بعد ان تمكن من الحصول على ١٢٠٠ دونما من الارض التي هربها دائرة اراضي اسرائيل لخدمة القرية الرياضية .

هكذا من الاصل



الحياكة والخياطة من النشاطات الخلاقية

يقول علماء النفس ان الخياطة واشغال الابرء التي كانوا ينفذونها يصونها بانها أعمال فنية... الخياطة التي تتطور سنة بعد سنة وهي في طورها تخفف الكثير من الإعياء عن كامل السيدة التي تستعملها وتجعل عملها أكثر سهولة وممتعة.

كيف تتقن التجاعيد في جلدك

يقدر كل امرأة أن تحافظ على جلدنا ناعما دائما ، كنه حياة ، حتى انتصاف عمرها ، فلدينا اليوم الأساليب وما علينا سوى أن نعطي كلمة السر .

يقول الدكتور كليمان ان افضل طريقة لمنع جفاف الجلد هي في تطبيق الطبقة الخارجية والحفاظة على تلك الرطوبة ومنع التضرر باخذ حمامات بخارية.

وتعتبر مستحضرات التجعيد المبرومة الخاصة بتطهير الجلد عمالة الى حد ما وينوع خاص تلك التي تستعمل في النهار.

الطريقة الناجمة ١ - أثناء الفسيل املاي الحوض بماء ساخن يكفي لملء الحمام بالبخار واغطي فيه ولا تتعملي الصابون - ابتي فيه حوالي ١٥ دقيقة وبلي وجهك من وقت لآخر بماء الحوض وشيخه جيدا كما لو انه قطعة من الاسفنج.

٢ - بعد الانتهاء من الاستحمام رتي على وجهك وجففيه قليلا ثم ضعي على الفور طبقة رقيقة من هلام البترول.

٣ - في الصباح اشطفي رواسيب الهلام بماء ساخن ، ضعي مرهما للوقاية في اشعة الشمس من طبقة رقيقة من مستحضر مرطب « زيت للأطفال » واخيرا كعبية خشبية من المكياج ومن الأفضل ان يكون خاليا من المواد الدهنية.

٤ - كرري عملية الفسفل والتنظيف طوال ٢٠ ليلة . ٥ - ثلاثة اسابيع « ٢١ يوما » يجب ان تكون كاثية للشعور بان المعالجة بدأت تعطي ثمارها .

٦ - اغسلي وجهك تماما بكاف علاج الدكتور كليمان ولكن طبقة الصابون خفيفة . ٧ - امكي في ماء خال من الصابون طوال ٥ دقائق ورطبي وجهك بالماء من وقت لآخر .

الرجال متهمون !

احدث كتاب صدر في لندن عنوانه «تقصية النساء» .. والكتاب ليس له كاتب واحد .. ولكن اشتركت في كتابته ثمانية نساء من حركة تحرير المرأة في العالم .

يناقش الكتاب وضع المرأة حاليا ومستقبلها وكماحها من اجل حقوقها الانسانية .. ويوجه الاتهام الى الرجال ويرى ان سبب ظلمهم للنساء هو ان الاعلام ما زال في جميع أنحاء العالم خاضعا لهم ، وهو بالطبع الذي يوجهه عدد المقترحات في فرنسا كان يمثل نسبة ٥٢ في المائة في الانتخابات الأخيرة فقد تم انتخاب ٩١ نائبا من الرجال و ٦٨ امرأة فقط ، وهذا يظهر انه بتأثير الرجل لم تسدل النساء باصواتهن الى نساء !

ويصر الكتاب بالطبع على قضية المساواة بين الجنسين بصورة واقعية لا مظهرية !

بشرة جميلة تعيد اليهم جاذبية الشباب . ٢ - اضيفي كمية كافية من زيت الحمام الى الماء واتعملي جسدك مدة خمس دقائق اخرى ولا تنسي بان تبلي وجهك من ان لآخر وتاكدي انه اصبح منزلقا مع استعمال زيت الحمام .

٣ - اذا تمت بعملية التليين اللبينية على الوجه الكاكي فذلك ان تحتلجي في التمارين الى مستحضر زيتي او غسول للحفاظ على طراوة بشرتك . ان الحمام الذي تلخنيه يلبس ويوزن الطبقة الخارجية من الجلد . الماء هو افضل مرطب للبشرة فرفه العالم حتى اليوم . ويعمل هلام النقط او طبقة الزيت الرقيقة على حماية رطوبة البشرة طوال الليل . الا ان كلالا العالجين لا يتريان الى الطبقات الداخلية لمعالجة الاضرار التي لحقت بالجلد من جراء تعرضه لاشعة الشمس وبكتينين بطين الطبقة الخارجية منه .

ويبقى اطباء الجلد على الجوز ان التجاعيد المبكرة افة تشكل بنيتها معظم نساء العالم والجلد كما هو معروف مؤلف من طبقتين خارجية اي البشرة وداخلية تعرف بالادمة . وما يحدث للطبقة الداخلية يتمكس مع السنين على البشرة . واهم عامل في عملية التجمد هي تحففات الالياف المتصنعة الموجودة في الطبقة اداخلة . لذلك فان العلاج الفعال هو ذلك الذي يتركز على العوامل التي تؤدي الادمة .

يعتبر المرض والارهاق والاسراف في السهر وفقدان طراوة الجلد بصورة تدريجية وغير صحية بالإضافة الى تغذية فقيرة وتزهر الجلد عنانمسر رئيسية في القضاء على ليونة الجلد . غير ان تأثير اشعة الشمس يفوق بدرجات تأثير اي عامل اخر على الادمة .

وقد اكتشف علماء الجلد مؤخرا مركبا فعالا يقي البشرة من اضرار الاشعة فوق البنفسجية هو مركب البيا ابارا اميو حاض البزنزويك . وهم يقولون ان بإمكان الفتيات ان يستمتعن بمشترين سنة دراسية في الأقل من بشرة جذابة اذا هن استعملن مركب البيا بيوما تماما كما يستعملن مسحوق الاستان اما بالنسبة الى النساء البالغات فيقول الدكتور كليمان ان المركب الجديد يساعدن في المحافظة على بشرتهن ومنع حدوث اضرار جديدة . واذا تقرر لهن ان يريسن الطبقة السفلى من جلدهن لاشعرات لغوسون من رؤية الالياف المترهلة او المتعددة على شكل خمل معتممة واذا لم تجدي المركب بيا نسي الاسواق وقد يكون مزججا مع مستحضرات تجعيد اخرى على شكل غسول او مساليل شغلف فبماكانك ان تسالي الصيدلي بسان يحضره لك بناء على المعادلات التالية : ٥ بالمائة من البيا في مزيج من الكحول والماء والغلسرين . ويوصي اطباء الجلد بسيد مستحضر البيا تحت طبقة المكياج كل يوم سيفا وشراء لبغلي جميع اجزاء الوجه المعرضة للشمس . ومن الأفضل ان تبقى المرأة ساعة كاملة دون التعرض لاشعة شمس قوية حتى يتسنى لطبقة البيا من الالتصاق بالجلد .

ويقوم حاليا اطباء الجلد بحفظ المعاد والجامعات بحلة مكتفة لجمال النساء والرجال أيضا على اتباع مثل تلك المعادلات الوجدانية الحقيقية في محاولة لكسب

٧ - اغسلي وجهك تماما بكاف علاج الدكتور كليمان ولكن طبقة الصابون خفيفة . ٨ - امكي في ماء خال من الصابون طوال ٥ دقائق ورطبي وجهك بالماء من وقت لآخر .



باريس تطلق بدعة الفراء مع «الجيترز»

الفراء هو موضة كل عصر وكل بلد . ولكن ان يصبح الفراء بلازا «الجيترز» ، فهذا ما أصبح اطلقتها باريس لهذا العام ، وبدأت تنتشر في صفوف القادرين على اقتناء الفراء .



هناك حاجة الى الابه لانهم يشترون هدايا عيد الميلاد ويحبون الخرازين ويفنونها . هذا بالإضافة الى انهم يخلفون الكلاب في زهرة ويتون في الامور . وهم في بعض الأحيان يطون ولهم يبيون الى التفتيح طوليا من المنزل . وقد سأل كلابيه وهديات الصنف الثاني في مدرسة ابتدائية عما يجعل وجود الاب حريروا وقد ظهرت الاستجابات كالآتي : «الفتيات التي تحبها الملايين الذين تبلغ اعمارهم الثلاثة نسي اخر عدد من مجلة سون كوفالتي نسي وتظهر اجوبة كثيرة وجهة نظر عملية او مادية . وقال احد التلاميذ بكل سرور : «والداه مريد لانه يكتب المال» . وقال

اخرين انه مريد لانه يغسل الاكواب ويضع الاملاب ويغتنق الفواز او لانه يشترى الاثاث . وكان يده الحازية مطبوعة ايضا . وقال احد الاطفال : ان اب مريد لانه يقومنا اذا ارتكبنا خطأ . والاب مريد لانه يشترى هدايا لمرسة ويعلمك كيف تقود على تسيه في الامور . غير الشوارع في سمات ازمحسنا . السيارات ولله يشترى هدايا عيد الميلاد . ويأخذ الاولاد للزرة ايام العطلة ويساعدون في واجباتهم المدرسية او لانه يشترى الملابس التي يحتاج الى الشحح . والذي .. وقال اخر ان والده مريد لانه يملك طبيب . وبين الاسباب التي فيها التلاميذ تفرح انه يطبخ ويحضر القهوة ويضع الفراجه ويقدم الطوى يوم السبت كما انه يلقظهم للزرة ويلب مهم . والاب مريد ولانه يشترى الخبز ويضع كل شيء ويشط السكاكين وتعلم الابناء كيف يصنعون القند ويصلح جهاز التلفزيون ويبنى البيوت .

أحزان سكرتيرة ناجحة

ما هي الحدود التي يجب ان نقف عندها بشاعرنا في العمل ؟ سؤال وجبني اسأله وأنا استمع اليها وهي تحكي بتأثير شديد حكايتها . انها سكرتيرة لحد المديرين بشركة كبرى . في جواني التلاميذ من عمرها . وعلى قدر كبير من الجمال والنكاد وخفة الروح . وامرأة لها هذه الصفات كان لا بد ان تلقى القيرة من البعض والحب والأعجاب من البعض الآخر . ولكنها لم تلتفت الي كل هذا .

واكتبت على عملها بكل الاخلاص وكان وثقت صداقة وطيدة بينها وبين «السكرتيرة» صديقة الصغار والكامل . .. مواهبه ، ولطرفة بالترامانه . كل هذا كانت تقوم به بين الرجل والمرأة على انها .. انها تصال . واثق لها ان الاجابة على الاستاقت جميعا عندها . منها لدى الاخرين . بل قد اعطتها تقري ان القيط اراء بين الحب والصداقة لا يراه . هذه العلاقة وحدها . فلما ظهر ذلك واضحا للجميع . وادخلت الامر وانظمت المرا وتشتت الصورة في نظر الاخر

النساء في بولندا اكثر عدداً من الرجال



النساء في بولندا هن اكثر من الرجال عدداً . فكل ١٠٠٠ رجل يوجد ١٠٥٤ امرأة . وعدد سكان بولندا اليوم تقريبا خمسة وثلاثين مليون نسمة . ومتوسط سن النساء البولنديات اليوم هو منخفض ، فهو حوالي ٦٨ مليون بولندية يوجد مليون و ٥٥٠ الف سنة في سن ما بين ١٨ و ١٨١٥ من سن النساء البولنديات اليوم منخفض ، من تتراوح اعمارهن من بين سن العشرين الى التاسعة والعشرين ، و في السن ما بين ثلاثين الى تسع وثلاثين عاما توجد حوالي مليوني امرأة . وكل ثاني امرأة بولندية تعمل مهنية . وبين ١٠ ملايين امرأة بولندية في السن المتناهي تعمل خمسة ملايين و ٢١٦ الف امرأة ، واكثرهن يعملن في الصناعة . فالمرغ من حوالي ٩٠٢ الف - ٨٠٠ الف امرأة ، و اكثرهن يعملن في التجارة . اكثر من ٧٩ الف - ٨٠٠ الف امرأة في مراكز التعليم والتربية المختلفة . اكثر من ٥٦ الف امرأة - وفي الخصيمات الصحية والرعاية الاجتماعية يعمل مئتين ٤٧١ الف امرأة ، ثم في الاتصالات والحوارات - ٢٧٥ الف واما في الرفق في مزارعهم الخاصة . والنساء يشكلن اكثرية في الفصمات الصحية . فالمرغ من حوالي ٤٠ بالمائة من اطباء البلاد من النساء ، الا ان ٨٠ بالمائة منهن يعملن طبيبات اسنان ، ونسي مجال الصيدلة يشكلن ٧٠ بالمائة من جميع الكوادر . والمرأة البولندية لا تجد اي عنة صعبة في ايجاد العمل لنفسها مع مؤهلها وكفاءتها وفي سنة ١٩٧٧ كان يبحث عن عمل ٢٢٠٠ امرأة في حين كان يتقنون اكثر من ٢٨٣٠٠ مكان عمل . واما بالنسبة للتعليم فحوالي ٢٨ بالمائة

من النساء في بولندا يشكلن ٢٢٣ بالمائة من اعضاء حزب العمال البولندي الموحد .

